

TREKKING

TREKKING ALTO MUSTANG

Reinos ocultos del Himalaya.



B4Experience

Nepal



Recorre escarpados desfiladeros, vastas mesetas áridas y bajo imponentes picos nevados en Mustang, Nepal. Explora Lo Manthang, una antigua ciudad amurallada congelada en el tiempo, y experimenta el raro privilegio de acceder a esta remota y exclusiva región del Himalaya.

Ver programa en la web

<https://b4experience.com/es/trekking-alto-mustang>



MESES RECOMENDADOS

MARZO, ABRIL, MAYO, JUNIO, JULIO, AGOSTO,
SEPTIEMBRE, OCTUBRE, NOVIEMBRE



PRECIO

Desde 2.390€ /persona

Descuentos para grupos

Trekking

info@b4experience.com / +34 613 03 77 00





Highlights

- SENDERISMO IDEAL PARA EL VERANO.
- EXCLUSIVO Y MENOS CONCURRIDO.
- RICA CULTURA TIBETANA.
- EXPERIENCIA EN GRUPOS PEQUEÑOS.

Grupo privado

100% personalizable

Desde (Personas)	Categoría	Disponibilidad	N. días	Precio por pers.
5	Estándar	01 mar 2026 - 01 nov 2026	18	2.390€
2	Estándar	01 mar 2026 - 01 nov 2026	18	3.050€

Viaja con tus familiares o tu grupo de amigos.

*Confirmar disponibilidad en info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 / www.b4experience.com

Grupos Abiertos

Comparte la experiencia con otros viajeros

Categoría	Fechas	Nº días	Plazas dispo.	Punto de origen	Precio por pers.
✕ No hay grupos abiertos disponibles, solo grupos privados					

**Confirmar disponibilidad en info@b4experience.com / +34 613 03 77 00 / www.b4experience.com*

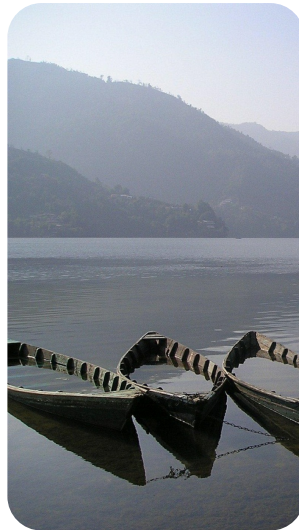


Incluye

- Todos los traslados en vehículo privado.
- Hotel en Katmandú en régimen de alojamiento y desayuno.
- Hotel en Pokhara en régimen de alojamiento y desayuno.
- Senderismo basado en casas de té, con comida y alojamiento en los albergues disponibles.
- Tarifas de parques nacionales y permisos especiales para Mustang (500 US\$ por persona por 10 días)
- Un guía de habla inglesa (Sirdar).
- Porteadores (1 porteador por cada 2 miembros). Un porteador puede llevar un máximo de 25 kg de peso total.
- 1 sherpa (guía asistente) por cada 5 miembros.
- Salarios diarios del personal nepalí, comida y alojamiento.
- Seguro para guía y porteador.
- 1 jeep para 2-4 personas desde Katmandú a Jomsom y viceversa.
- 2 jeeps para 5-9 personas desde Katmandú a Jomsom y viceversa.
- 3 jeeps para 10-11 personas desde Katmandú a Jomsom y viceversa.

No Incluye

- Vuelos y visados para Nepal (podemos gestionarlos)
- Visitas turísticas en Katmandú y Pokhara
- Almuerzo/cena en Katmandú y Pokhara
- Agua mineral hervida/embotellada, refrescos y bebidas alcohólicas durante la caminata
- Lavandería, llamadas telefónicas, evacuación de emergencia si es necesario, donaciones, propinas
- Gastos adicionales debido a bloqueos de carreteras/deslizamientos de tierra/calamidades naturales/huelgas
- Todos los gastos personales por causas naturales
- Saco de dormir
- Nota: Se recomienda a los clientes que den un máximo de 12 kg de equipaje personal al porteador.
- Todo lo que no esté incluido en el apartado "INCLUYE".



Itinerario

DÍA 1: Llegada a Katmandú

A su llegada al Aeropuerto Internacional Tribhuvan de Katmandú, será trasladado al Hotel International Guest House (o similar) para descansar y aclimatarse. Este hotel está situado en el corazón del distrito turístico de Thamel, conocido por sus tiendas y restaurantes.

Alojamiento: Hotel.

DÍA 2: Día libre en Katmandú. Preparación para la emisión de permisos.

Este día está dedicado a obtener los permisos necesarios para ingresar a la región restringida del Alto Mustang.

Aproveche la oportunidad de explorar los lugares históricos de Katmandú, como la plaza Durbar y Swayambhunath. Alojamiento en un hotel en el Thamel.

Alojamiento: Hotel

Comida: Desayuno.

DÍA 3: Viaje en jeep desde Katmandú a Pokhara

Un paseo en jeep de aproximadamente 6 a 7 horas lo llevará a Pokhara, una hermosa ciudad junto al lago. Disfrute de una tarde junto al lago Phewa y prepárese para la aventura que lo espera.

Alojamiento en el Hotel Splendid View.

Alojamiento: Casa de té

Comida: Desayuno + Almuerzo + Cena.

DÍA 4: Viaje en jeep desde Pokhara hasta Jomsom y Kagbeni

Un paseo en jeep por la mañana temprano lo llevará a través del valle de Kali Gandaki hasta Jomsom y luego a Kagbeni.

Kagbeni, un pueblo pintoresco, marca el punto de entrada al Alto Mustang y ofrece impresionantes vistas del Himalaya. Noche en Kagbeni.

Alojamiento: Casa de té

Comida: Desayuno + Almuerzo + Cena

DÍA 5: Kagbeni-Chhuksang (2950 m)

Caminata de unas 6 horas, recorriendo aproximadamente 14 km.

La caminata sigue el río Kali Gandaki, pasando por paisajes desérticos y formaciones rocosas únicas. Chhuksang es un pequeño asentamiento con casas tradicionales de estilo tibetano e impresionantes acantilados rojos.

Alojamiento: Casa de té

Comida: Desayuno + Almuerzo + Cena.

DÍA 6: Chhuksang-Samar (3540 m)

Caminata de unas 4 horas y 30 minutos que recorre unos 13 km.

El sendero cruza varios puentes colgantes y atraviesa el estrecho desfiladero de Kali Gandaki.

Samar, un hermoso pueblo con casas encaladas, ofrece la primera visión real de la cultura única de Mustang.

Alojamiento: Casa de té

Comida: Desayuno + Almuerzo + Cena.

DÍA 7: Samar - Geling (3520 m)

Caminata de unas 3 horas y 30 minutos que recorre aproximadamente 12 km.

El sendero asciende de forma constante a través de paisajes áridos, con vistas panorámicas de Nilgiri y Annapurna.

Geling es conocido por sus antiguos monasterios budistas y campos de cebada.

Alojamiento: Casa de té

Comida: Desayuno + Almuerzo + Cena.

DÍA 8: Geling - Tragmar (3800 m)

Se trata de una caminata de aproximadamente 5 horas que recorre unos 15 km.

Este tramo incluye el cruce del paso de Nyi La (4.010 m), que ofrece impresionantes vistas de las montañas.

Tragmar es famoso por sus impresionantes acantilados rojos y sus antiguas murallas de Mani.

Alojamiento: Casa de té

Comida: Desayuno + Almuerzo + Cena.

DÍA 9: Tragmar - Lo Gekar - Lo Manthang (3750m)

Caminata de 8 a 9 horas, recorriendo unos 20 km.

Visita Ghar Gompa, uno de los monasterios más antiguos de Nepal, antes de llegar a Lo Manthang.

Lo Manthang, la capital amurallada del Alto Mustang, es rica en historia, cultura y una arquitectura impresionante.

Alojamiento: Casa de té

Comida: Desayuno + Almuerzo + Cena.

DÍA 10: Lo Manthang y alrededores

Pase el día explorando los monasterios, las cuevas y el Palacio del Rey de Lo Manthang. Los estrechos callejones de la ciudad y su cultura de influencia tibetana la convierten en un lugar fascinante para pasear. Alojamiento en un albergue.

Alojamiento: Casa de té

Comida: Desayuno + Almuerzo + Cena.

DÍA 11: Regreso hasta Tsarang (3580 m)

Caminata de unas 6 horas, recorriendo unos 19 km. Descenso hacia Tsarang, pasando por colinas áridas y monasterios aislados. Tsarang es conocido por su gran monasterio blanco y rojo y una antigua fortaleza.

Alojamiento: Casa de té

Comida: Desayuno + Almuerzo + Cena.

DÍA 12: Retírese a Syangbochen o a Ghiling

Caminata de unas 6 horas y 30 minutos que recorre unos 20 km. Vuelve sobre tus pasos por los paisajes únicos de Mustang, pasando por banderas de oración y muros de Mani. La ruta ofrece vistas espectaculares del Himalaya y una visión del estilo de vida remoto de Mustang.

Alojamiento: Casa de té

Comida: Desayuno + Almuerzo + Cena.

DÍA 13: Caminata a Chuksang

Caminata de unas 6 horas, recorriendo unos 20 km. El sendero desciende gradualmente a través de profundos desfiladeros y terreno accidentado. Disfrute de los espectaculares cambios de paisaje a medida que abandona el Alto Mustang.

Alojamiento: Casa de té

Comida: Desayuno + Almuerzo + Cena.

DÍA 14: Caminata a Kagbeni y viaje en coche a Jomsom. Visita de camino a Muktinath.

Una breve caminata te llevará de regreso a Kagbeni, donde tomarás un jeep hasta Jomsom. Visita al lugar sagrado de Muktinath, un importante destino de peregrinación para hindúes y budistas. Alojamiento en un albergue.

Alojamiento: Casa de té

Comida: Desayuno + Almuerzo + Cena.

DÍA 15: Jeep hasta Pokhara

Conduzca por el río Kali Gandaki, pasando por Marpha y Tatopani. Disfrute de una tarde relajante en Pokhara, posiblemente dando un paseo en barco por el lago Phewa. Alojamiento en el Hotel Splendid View.

Alojamiento: Hotel

Comida: Desayuno + Almuerzo.

DÍA 16: Viaje en jeep a Katmandú

Un día completo en coche te llevará de vuelta a Katmandú, poniendo fin a tu aventura en Mustang. Pasa la tarde comprando recuerdos o relajándote en Thamel. Alojamiento en el Hotel del Thamel.

Comida: Desayuno.

Día 17: Día libre en Katmandú

Utilice este día para explorar más de Katmandú, visitar Patan o Bhaktapur, o simplemente descansar.

Las actividades opcionales incluyen una visita al templo Pashupatinath o a la estupa Boudhanath.

Día 18: Salida final, traslado al aeropuerto.

Dependiendo del horario de su vuelo, le trasladaremos al Aeropuerto Internacional Tribhuvan. Despídase de Nepal y llévese recuerdos inolvidables de la caminata por Mustang.

Política de pago y cancelación

Reserva Inicial: Para asegurar tu plaza se requiere un pago inicial del 30% del importe total del viaje al momento de realizar la reserva.

Pago Final: El importe restante, equivalente al 70% del total, deberá abonarse a más tardar 60 días antes de la fecha de salida.

Extras: Los costes de viaje adicionales, como seguros, vuelos y otros servicios opcionales, deberán abonarse en su totalidad en el momento de la reserva.

Seguro de cancelación: El cliente podrá contratar un seguro de cancelación de viaje para poder obtener el pago de la totalidad del importe abonado (según sus condiciones).

El usuario final podrá desistir del viaje contratado, teniendo derecho a la devolución de las cantidades abonadas, salvo las penalizaciones indicadas, pero deberá satisfacer además a la Agencia las cantidades que se indican a continuación una vez confirmado el viaje. Si éste no se llevase a cabo por no alcanzarse las plazas mínimas necesarias, el cliente podrá guardar el crédito para futuros viajes o solicitar la devolución íntegra de la reserva.

Política de cancelación 3:

REEMBOLSO COMPLETO HASTA 24H DESPUÉS DE LA COMPRA

Hasta 60 días antes del viaje devolución del 100% del importe del viaje.

Hasta 45 días antes del viaje devolución del 50% del importe del viaje.

Para plazos inferiores a los descritos en la política de cancelación, no se abonará el importe ya abonado.

*Se aplican gastos de gestión de 250€.

*No se abonarán gastos de cancelación de reservas ya emitidas. Si existen otros gastos no reembolsables ya emitidos, estos tampoco se abonarán y se descontarán del importe a abonar.

*El coste de cancelación de vuelos emitidos es del 100% del importe.

Lista de material

ROPA FUNCIONAL:

- Chaqueta Gore-Tex o impermeable y transpirable
- Pantalones impermeables para la lluvia
- Chaqueta abrigada: de plumas o preferiblemente primaloft (ya que resisten el agua)
- Forro polar ligero
- Camisetas de manga corta transpirables y de fácil secado
- Pantalones elásticos, un poco más gruesos, para días o noches más fríos
- Pantalones de trekking
- Pantalones cortos
- Conjunto de camiseta y pantalón térmico
- Ropa interior (recomendada que no sea de algodón)
- Trajes de baño

CABEZA

- Gorra ligera para correr
- Gorro de lana
- Polaina para el cuello
- Gafas de sol

MANOS

- Guantes de polar fino
- Bastones de trekking (recomendados)

PIES

- Calcetines finos (que no sean de algodón)
- Calcetines gruesos y cálidos para la noche (que no sean de algodón)
- Zapatillas de trail ligeras o botas de montaña (las habituales para montaña)
- Sandalias de montaña con tira en el talón (opcional)

MOCHILAS

- Mochila de montaña 20/35 litros
- Funda para mochila de lluvia
- Bolsa de viaje pequeña (para documentación y cartera)
- Bolsa de viaje (mejor que maleta)

MATERIAL DE ALOJAMIENTO

- Saco de dormir (3 estaciones)
- Saco de dormir estilo cabaña de seda (opcional)
- Tapones para los oídos

ACCESORIOS

- Linterna frontal y batería o pilas de repuesto
- Crema solar, cacao labial y after sun
- Repelente de mosquitos

COMER/BEBER

- Sistema de hidratación mínimo 1 l (Camelbag, cantimplora o botella flexible)
- Termo (opcional)
- Snacks, frutos secos, geles, hidratación y suficientes barritas energéticas, barritas proteicas, mezcla de frutos secos, pastillas de magnesio y suplementos de recuperación

EQUIPO DE VIAJE

- Ropa informal
- Pasaporte, Visa, dinero en efectivo, documentación del seguro, cartilla de vacunación
- Toalla de microfibra
- Botiquín de primeros auxilios y medicación
- Manta térmica
- Móvil y reloj con track de ruta
- Powerbank, cámara, cables de carga, auriculares, palo selfie

FAQs

¿Qué nivel físico y técnico se requiere?

Se necesita un nivel mínimo que permita hacer una ruta de montaña de 800 m de desnivel en un día. Es una ruta exigente pero hay días intercalados con caminatas cortas para garantizar una buena aclimatación y una buena recuperación de los días de trekking. Durante la ruta podemos llevar una pequeña mochila con las cosas que usaremos durante el día. Los portadores transportarán nuestras mochilas hasta el siguiente lodge.

¿Cómo organizar la bolsa con el material que llevará el porteador?

El porteador lleva el material de 2 personas (máximo 12kg por persona). Debéis compartir una bolsa entre cada dos personas y dársela al porteador. Lo ideal es un petate de aproximadamente 80L. La otra maleta se quedará en el hotel en Katmandú.

Mochila durante la ruta:

Llevad una mochila pequeña que os permita llevar una chaqueta, cantimplora y alguna barrita o frutos secos. Todo el material que no utilicéis durante el día lo llevan los portadores.

Crampones:

En las zonas altas del trekking puede haber nieve o hielo, aunque no es habitual. Las condiciones pueden cambiar rápidamente, especialmente en pasos de más de 5.000 metros. Algunas personas llevan crampones de cadenas para mejorar la adherencia en superficies resbaladizas; para los trekkings no son necesarios crampones de puntas.

Dinero en efectivo:

En Katmandú normalmente se puede pagar con tarjeta (en los restaurantes, taxis, tiendas de souvenirs... no es habitual). A partir de ahí, ya no habrá cajeros automáticos. Es imprescindible llevar moneda local. Se pueden llevar euros o dólares y cambiarlos directamente a rupias en el aeropuerto o en Thamel el día de llegada.

Cantidad de efectivo recomendada:

Se recomienda llevar un mínimo de 250€ en efectivo por los gastos no incluidos, como bebidas o comidas en Katmandú y por las propinas.

Propinas:

Suele darse una propina al final del viaje (no obligatorio, pero altamente recomendable), en efectivo (no tienen datáfono). Guías: 5 a 10 USD por persona y día. En trekkings más largos (como el circuito de Annapurna o el Campo Base del Everest), las propinas pueden aumentar, llegando a 10-15 USD por persona y día. Portadores: 3 a 5 USD por día y por persona. En trekkings más largos o exigentes, podríais considerar aumentar a 5-7 USD.

Condiciones de higiene en los lodges:

A medida que ganáis altitud, los alojamientos son mucho más básicos. Se recomienda llevar toallitas húmedas y un saco de dormir para evitar utilizar las mantas.

Duchas y agua caliente:

En las zonas más altas, las duchas con agua caliente son muy escasas. Es MUY fácil resfriarse, lo que multiplica los problemas relacionados con el mal de altura. RECOMENDAMOS evitar ducharse. Las toallitas húmedas son una buena alternativa para mantener la higiene.

¿En qué hotel nos alojaremos?

Aparece en la información de la oferta.

Medicamentos por la altura:

Las rutas son progresivas para evitar (en la medida de lo posible) el mal de altura. Los guías llevan un botiquín completo, incluido un medidor de saturación de oxígeno. Para medicamentos como el Edemox o similares, consultad con vuestro médico, aunque no son necesarios.

Móvil y SIM:

Podéis comprar una tarjeta SIM al llegar. En cada zona de Nepal hay un operador diferente. Consultad con nuestro equipo cuál funciona en cada zona. Con una recarga de 15-20€ tendréis datos suficientes para usar WhatsApp cuando haya cobertura. Las llamadas normales son mucho más caras.

¿Es necesario llevar algún tipo de suplemento o recuperador?

Los suplementos pueden ser útiles, pero no son imprescindibles. Es interesante tomar hierro en los días previos al inicio de una actividad en altitud. Podéis consultarlo con vuestro médico o nutricionista.

Pastillas potabilizadoras

Comprad siempre agua embotellada o hervida en los lodges.

Repelente de Mosquitos:

El repelente puede ser útil los primeros días, pero en las zonas altas no es necesario (prescindible).

Cartilla de vacunación:

No hay ninguna vacuna obligatoria para viajar a Nepal.

Adaptadores de enchufes

Son los mismos que existen en Europa.

¿Cuáles son los requisitos de pasaporte y visado?

Es importante tener un pasaporte válido con al menos 6 meses de validez. Nepal tiene VISA a la llegada para la mayoría de los países, puede acelerar el proceso y evitar colas al aterrizar, si presenta su solicitud en línea a través de este enlace web oficial. A su llegada, diríjase al mostrador del banco en el Aeropuerto Internacional Tribhuvan con el ID de envío (página de confirmación) que recibió al completar el formulario de solicitud para una visa de Nepal. Pague la tarifa correspondiente en efectivo y, después de realizar el pago, diríjase al mostrador del oficial de inmigración con su pasaporte original para procesar la visa. En el caso de una visa, manténgase actualizado, ya que las políticas de inmigración cambian a menudo. Es por eso que es recomendable verificar la información más cerca de su fecha de viaje prevista. Actualmente, a febrero de 2025, los costos de la visa de turista de Nepal son los siguientes: 15 Días: USD 30 30 Días: USD 50 90 Días: USD 125.



Contacto

info@b4experience.com

www.b4experience.com

+34 613 03 77 00

[Ver programa en la web](#)

Trekking

info@b4experience.com / +34 613 03 77 00

